

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE ÉVORA

MAPAS RECORDES REGIONAIS POR ESCALÃO E SEXO 2023  
AR LIVRE - MASCULINOS

INFANTIS

| DISCIPLINAS                            | MARCA          | ATLETA                | CLUBE             | LOCAL          | DATA              |
|--|----------------|-----------------------|-------------------|----------------|-------------------|
| 60 Metros                              | 7,9            | João Trindade         | EC+S Red.         | Beja           | 09/07/1988        |
| 60 M. Barr 0,76                        | 10.15          | André Riço            | E F Clube         | V Novas        | 08/12/2010        |
| 150 Metros                             | 19.6           | João Jacinto          | E F Clube         | V Novas        | 03/07/2010        |
| <b>600 Metros</b>                      | <b>1,35,81</b> | <b>Martim Lobo</b>    | <b>G D Diana</b>  | <b>Évora</b>   | <b>07/06/2023</b> |
| 1.000 Metros                           | 2.50,0         | João Machado          | EC+S Borba        | Lisboa (N)     | /05/1986          |
| 2.000 M Marcha                         | 12,12,2        | Afonso Mendes         | E F Clube         | Lx P M<br>Per. | 14/11/2015        |
| 3.000 M/Marcha                         | 19,16,34       | Afonso Mendes         | E F Clube         | Vagos          | 19/03/2016        |
| 4 X 60 Metros                          | 32,5           | Vasco Miguel          | Sel. da AAE       | Lisboa (N)     | 10/05/1987        |
|  |                | Rui Badalo            |                   |                |                   |
|  |                | Roberto Nifro         |                   |                |                   |
|  |                | Luis Generoso         |                   |                |                   |
| Salto em Altura                        | 1,65           | André Vilelas         | CORK              | Évora          | 09/12/2018        |
| S/Comprimento                          | 5,72           | Telmo Piado           | G D Pavia         | V. Novas       | 09/12/2018        |
| L / Peso 3 Kg                          | 11,46          | João Trindade         | EC+S Redondo      | Evora          | 18/06/1988        |
| Dardo 400 G                            | 33,40          | Alexandre Constantino | ASJ<br>CORTIÇADAS | V Novas        | 14/12/2013        |
| Dardo 500 G                            | 27,45          | Alexandre Constantino | ASJ<br>CORTIÇADAS | V Novas        | 15/06/2013        |
| Dardo 600 G                            | 23,06          | Alexandre Constantino | ASJ<br>CORTIÇADAS | V Novas        | 29/06/2013        |
| Disco 750 G                            | 28.89          | João Fradique         | E F Clube         | V Novas        | 20/11/2010        |
| Disco 1 Kg                             | 22,64          | Ricardo Valadas       | E F Clube         | V Novas        | 07/06/2014        |
| Martelo 3 Kg                           | 19,44          | Guilherme Macharéu    | CORK              | V Novas        | 27/04/2019        |
| A / Bola 163 G                         | 64,52          | Gonçalo Magalhães     | B V A             | C. Vide        | 12/06/1999        |
| Triatlo 1 60b/comp/peso                | 1089           | Telmo Piado           | G D Pavia         | Alpiarça       | 25/02/2018        |
| Triatlo 2 60/comp/peso                 | 795            | Martim Prates         | G D Pavia         | V Novas        | 05/01/2020        |
| Tetratlo Infantis<br>60/comp/peso/1000 | 1510           | Telmo Piado           | G D Pavia         | Évora          | 30/06/2018        |
| Tetratlo<br>60b/alt/peso/1000          | 1498           | Francisco Silva       | C P Lavre         | Seixal         | 18-<br>19/05/2002 |
| Pentatlo 60/comp/60b/peso/ 1000        | 2243           | Telmo Piado           | G D Pavia         | V. Novas       | 17/06/2018        |

**INICIADOS MASCULINOS**

| DISCIPLINAS                                | MARCA    | ATLETA                | CLUBE            | LOCAL             | DATA                     |
|--|----------|-----------------------|------------------|-------------------|--------------------------|
| 60 Metros                                  | 7,50     | Telmo Piado           | G D Pavia        | V Novas           | 01/02/2020               |
| 60 M Bar. 0,84                             | 8,86     | Telmo Piado           | G D Pavia        | C. Verde          | 22/02/2020               |
| 80 Metros                                  | 9,42     | Telmo Piado           | G D Pavia        | Évora             | 08/03/2020               |
| 80 M Barr. 0,84                            | 12,62    | Joaquim Faia          | EC+S Borba       | Lisboa (N)        | 06/05/1990               |
| 100 M Barr. 0,84                           | 14,44    | Afonso Fernandes      | G D Diana        | Albufeira         | 17/05/2009               |
| 250 Metros                                 | 31,00    | Ruben Feio            | G D Pavia        | V Novas           | 23/06/2011               |
| 250 M Barr. 0.76                           | 35,5     | Diogo Fernandes       | G D Diana        | V Novas           | 09/06/2012               |
| 300 Metros                                 | 39,9     | Pedro Candido         | G D Pavia        | Guimarães         | 18/05/2003               |
| 300 M Barr. 0,84                           | 44,26    | Pedro Candido         | G D Pavia        | Beja              | 14/06/2003               |
| 800 Metros                                 | 2.03,74  | Rui Serrador          | B V Mont.        | Lisboa            | 14/05/1995               |
| 1.000 Metros                               | 2.44,0   | João Machado          | EC+S Borba       | Lisboa (N)        | /03/1988                 |
|  | 2.44,20  | Rui Serrador          | B V Mont.        | Lisboa (U)        | 01/04/1996               |
| 1.500 Metros                               | 4.15,59  | Rui Serrador          | B V Mont.        | Lisboa (U)        | 13/05/1995               |
| 1500 M Obst.                               | 4,52,15  | Henrique Moura        | A J Estremoz     | V Novas           | 27/05/2019               |
| 2.000 M Marcha                             | 12,12,2  | Afonso Mendes         | E F Clube        | Lx P M<br>Pereira | 14/11/2015               |
| 3000 M Marcha                              | 17,14,53 | Clemente Medeiros     | G D Pavia        | Évora             | 03/07/2021               |
| 4.000 M Marcha                             | 23.28,69 | Rui Florindo          | E F Clube        | Seixal            | 18/05/2002               |
| 5.000 M Marcha                             | 36,51,05 | João Pires            | G D Pavia        | V. Novas          | 07/06/2014               |
| 4 X 80 Metros                              | 38.56    | Gonçalo Manteigas     | Sel. da AAE      | Albufeira         | 16/05/2009               |
|  |          | Carlos Guerreiro      |                  |                   |                          |
|  |          | Josef Raoueche        |                  |                   |                          |
|  |          | Afonso Fernandes      |                  |                   |                          |
| Salto em Altura                            | 1,80     | André Vilelas         | CORK             | Évora             | 08/03/2020               |
| S/Comprimento                              | 6,17     | Telmo Piado           | G D Pavia        | V Novas           | 16/02/2020               |
| Quádruplo Salto                            | 14,77    | André Vilelas         | CORK             | Fátima            | 11/05/2019               |
| Triplo Salto                               | 11,82    | Guilherme Gaspar      | A J Landeira     | V Novas           | 29/06/2019               |
| L / Peso 4 Kg                              | 13,13    | Fernando Costa        | A S Estremoz     | V. Novas          | 28/04/2012               |
| L / Disco 1 Kg                             | 38,83    | Pedro Alvito          | E F Clube        | Lisboa (U)        | 10/06/1998               |
| L / Martelo 4 Kg                           | 38,09    | Francisco Silva       | C P Lavre        | V. Novas          | 14/02/2004               |
| L /Dardo 400 G                             | 46,50    | Rui Roberto           | E F Clube        | V. Novas          | 05/05/2001               |
| L/Dardo 600 G                              | 37,79    | Alexandre Constantino | CORK             | M. Grande         | 14/11/2015               |
| Triatlo 60b/comp/peso                      | 1832     | André Vilelas         | CORK             | V Novas           | 05/01/2020               |
| Triatlo<br>100b0,84/comp/peso4k            | 1075     | Martim Prates         | G D Pavia        | Évora             | 26/06/2021               |
| Pentatlo                                   |          | 2122                  | Alfredo Parreira | C J Redondo       | Funchal                  |
| Hexatlo 80/comp/peso/80b/alt/1000          | 3058     |                       | Rui Roberto      | E F Clube         | V. Novas                 |
| Heptatlo<br>80/comp/dar6/10b/peso/alt/1000 | 3530     | Ruben Feio            | G D Pavia        | V Novas           | 30/04/2011<br>01/05/2011 |
| Tetratlo Inic. 2<br>80/comp/peso/1000      | 2279     | Telmo Piado           | G D Pavia        | Évora             | 08/03/2020               |
| Tetratlo Inic. 1<br>100b/alt/peso/1000     | 1786     | André Vilelas         | CORK             | Évora             | 08/03/2020               |

## JUVENIS

| DISCIPLINAS                  | MARCA       | ATLETA                   | CLUBE            | LOCAL           | DATA              |
|------------------------------|-------------|--------------------------|------------------|-----------------|-------------------|
| 60 Metros                    | 7,15        | João Geadas              | A J Estremoz     | Évora           | 15/01/2017        |
| 60 M Bar. 0,91               | 8.91        | Afonso Fernandes         | G D Diana        | V Novas         | 08/12/2010        |
| 100 Metros                   | 10,90       | Rui Corvelo              | A J Estremoz     | Vagos           | 23/06/2018        |
| 100 M Barr 0,84              | 15.65       | Nuno Perdigão            | E F Clube        | Rio Maior       | 18/04/1998        |
| 110 M Barr 0,91              | 14.70       | Rui Roberto              | E F Clube        | Elvas           | 06/04/2003        |
| 200 Metros                   | 22,44       | Rui Corvelo              | A J Estremoz     | Vagos           | 24/06/2018        |
| 300 Metros                   | 35,88       | Rui Corvelo              | A J Estremoz     | Braga           | 10/06/2018        |
| 300 M Barr 0.84              | 40,15       | João Pires               | A J Malarranha   | V Novas         | 11/06/2017        |
| <b>400 Metros</b>            | <b>50,7</b> | <b>Guilherme Miguéns</b> | <b>G D Pavia</b> | <b>Abrantes</b> | <b>15/07/2023</b> |
| 400 M Barr 0,91              | 57,48       | João Pires               | A J Malarranha   | V Novas         | 18/06/2017        |
| 800 Metros                   | 1.58,64     | Rui Serrador             | BV Montemor      | Lisboa (U)      | 03/05/1997        |
| 1.000 Metros                 | 2.35,6      | Jorge Matos              | L Arraiolense    | Açoteias        | 11/03/1990        |
| 1.500 Metros                 | 4.04,32     | José Júnior              | G D Diana        | Elvas           | 23/06/2012        |
| 1.500 M.Obst.                | 4.35,37     | Jorge Matos              | L Arraiolense    | Lisboa          | 08/07/1989        |
| 2.000 M Obst.                | 6.06.62     | José Júnior              | G D Diana        | Abrantes        | 30/06/2012        |
| 3.000 Metros                 | 8.56,62     | Rui Serrador             | BV Montemor      | Lisboa (U)      | 04/05/1997        |
| 5.000 M Marcha               | 26.37,7     | Marco Molha              | E F Clube        | V Novas         | 06/06/1998        |
| 4 X 100 Metros               | 43,44       | Bruno Campino            | Sel. da AAE      | Braga           | 04/06/2017        |
|                              |             | João Pires               |                  |                 |                   |
|                              |             | Rui Corvelo              |                  |                 |                   |
|                              |             | João Geadas              |                  |                 |                   |
| 4 X 400 Metros               | 3.41,10     | Jorge Almeirim           | Sel. da AAE      | Lisboa (N)      | 28/05/1988        |
|                              |             | Rui do Carmo             |                  |                 |                   |
|                              |             | Paulo Bagulho            |                  |                 |                   |
|                              |             | João Machado             |                  |                 |                   |
| 4 X 1234 (Estafeta Olimpica) | 2,11,17     | Jhonathan Paim           | G D Diana        | Abrantes        | 29/06/2014        |
|                              |             | Diogo Fernandes          |                  |                 |                   |
|                              |             | Francisco Centeno        |                  |                 |                   |
|                              |             | Gonçalo Varela           |                  |                 |                   |
| Salto em Altura              | 1,98        | Rui Roberto              | E F Clube        | Elvas           | 06/04/2003        |
| S/Comprimento                | 6,69        | Luis Caeiro              | G D Diana        | Lisboa (U)      | 08/05/1994        |
| Triplo Salto                 | 12,84       | Luis Galveias            | G D Pavia        | V. Novas        | 06/04/2008        |
| S/Vara                       | 3,05        | Rui Silva                | E F Clube        | V. Novas        | 03/06/2007        |
| L / Peso 5 Kg                | 12,96       | Jorge Cravosa            | E F Clube        | Montemor        | 24/05/1992        |
| Peso 6 Kg                    | 11,76       | Ricardo Branquinho       | A J Estremoz     | V Novas         | 05/06/2016        |
| L / Disco 1,5 Kg             | 38,36       | Alexandre Constant.      | CORK             | Abrantes        | 17/06/2017        |
| L/Martelo 5kg                | 35,21       | Francisco Silva          | C P Lavre        | V Novas         | 19/03/2005        |
| L / Dardo 600 G              | 44,62       | Jorge Cravosa            | E F Clube        | Lisboa          | 21/06/1992        |
| L/Dardo 700 G                | 51.59       | Carlos Dias              | G D Pavia        | V Novas         | 12/06/2009        |
| Triatlo 1 60b/alt/peso       | 1850        | Rui Roberto              | E F Clube        | Braga           | 04/01/2003        |
| Triatlo 2 - 60/comp/peso     | 1696        | João Pires               | A J Malarranha   | V Novas         | 09/02/2017        |
| Triatlo 110b091/alt/peso     | 2074        | André Vilelas            | CORK             | Évora           | 26/06/2021        |

|   |       |                     |              |           |               |
|---|-------|---------------------|--------------|-----------|---------------|
| Triatlo 100/comp/peso5                              | 1653  | Telmo Piado         | G D Pavia    | Évora     | 26/06/2021    |
| Tetratlo Juv.<br>110b/comp/peso/1000                | 2182  | Alexandre Constant. | CORK         | V Novas   | 20/05/2017    |
| Hexatlo - juvenis                                   | 3 204 | Fernando Marmeleira | E F Clube    | Arraiolos | 10-11/06-1990 |
| Heptatlo - juv<br>100b/200/comp/peso/alt/dard7/1000 | 3410  | Fernando Pereira    | S C Landeira | Lisboa(U) | 01-02/04-1995 |
| Decatlo   | 5533  | André Vilelas       | CORK         | VRST Antº | 29/05/2021    |
| Octatlo 1<br>100/comp/peso/400/110b/alt/dard7/1000  | 4888  | Rui Roberto         | E F Clube    | Melgaço   | 27-28/04-2002 |
| Octatlo 2<br>100/300/comp/peso/110b/alt/dard7/1000  | 4623  | Rui Silva           | E F Clube    | Beja      | 21-22/04/2007 |

## JUNIORES

| DISCIPLINAS     | MARCA    | ATLETA                | CLUBE          | LOCAL        | DATA              |
|-----------------|----------|-----------------------|----------------|--------------|-------------------|
| 60 Metros       | 7,15     | João Geadas           | A J Estremoz   | Évora        | 15/01/2017        |
| 60 M Bar. 1,00  | 8.89     | Daniel Dias           | ASJ Cortiçadas | V. Novas     | 08/12/2010        |
| 100 Metros      | 10,90    | Rui Corvelo           | A J Estremoz   | Vagos        | 23/06/2018        |
| 110 M Bar. 1,00 | 15.33    | Daniel Dias           | ASJC           | Luso         | 12/06/2011        |
| 200 Metros      | 22,44    | Rui Corvelo           | A J Estremoz   | Vagos        | 24/06/2018        |
| 400 Metros      | 50,20    | Yaroslaav Kolody      | G D Diana      | Lx Univ.     | 26/05/2018        |
| 400 M Barr 0,91 | 56,24    | Ricardo Ribeiro       | G D Pavia      | Fátima       | 06/07/2013        |
| 800 Metros      | 1,57,31  | David Azevedo         | G D Diana      | Setubal      | 17/06/2018        |
| 1.500 Metros    | 3.59,93  | Paulo Guerra          | G D Diana      | Lisboa       | 11/06/1988        |
| 3.000 Metros    | 8.37,7   | Jorge Matos           | E S A Gouv.    | Açoteias     | 05/04/1992        |
| 3.000 M Obstác. | 9.04,84  | Paulo Guerra          | L Arraiolense  | Maia         | /1989             |
| 5.000 Metros    | 15.01,1  | Paulo Guerra          | L Arraiolense  | Beja         | 13/05/1989        |
| 5.000 M Marcha  | 26.37,7  | Marco Molha           | E F Clube      | V Novas      | 06/06/1998        |
| 10.000 Metros   | 30,49,24 | Filipe Fialho         | G D Diana      | Polónia      | 20/07/2016        |
| 10.000 m Marcha | 55.50.1  | Rui Florindo          | E F Clube      | Beja         | 08/04/2006        |
| 4 X 100 Metros  | 43,44    | Bruno Campino         | Sel. da AAE    | Braga        | 04/06/2017        |
|                 |          | João Pires            |                |              |                   |
|                 |          | Rui Corvelo           |                |              |                   |
|                 |          | João Geadas           |                |              |                   |
| 4 X 400 Metros  | 3.41,10  | Jorge Almeirim        | Sel. da AAE    | Lisboa (N)   | 28/05/1988        |
|                 |          | Rui do Carmo          |                |              |                   |
|                 |          | Paulo Bagulho         |                |              |                   |
|                 |          | João Machado          |                |              |                   |
| Salto em Altura | 1,98     | Rui Roberto           | E F Clube      | Elvas        | 06/04/2003        |
| S/Comprimento   | 7.06     | Gonçalo Manteigas     | E F Clube      | V Novas      | 12/05/2012        |
| Triplo Salto    | 13.08    | João Bandovas         | A J Estremoz   | Castelo Vide | 01/07/2012        |
| S/Vara          | 3,05     | Rui Silva             | E F Clube      | V Novas      | 03/06/2007        |
| Peso 6 Kg       | 13,08    | Joel Mataloto         | A J Estremoz   | V Novas      | 19/05/2018        |
| L / Peso 7,260K | 10,73    | Joel Mataloto         | A J Estremoz   | V Novas      | 14/01/2018        |
| L/ Disco 1,750G | 45,22    | Alexandre Constantino | Cork           | Vagos        | 07/07/2019        |
| L / Disco 2 Kg  | 36,80    | Alexandre Constantino | Cork           | Setubal      | 30/06/2019        |
| L /Dardo 800 G  | 48,82    | Carlos Dias           | G D Pavia      | Lisboa (U)   | 11/07/2009        |
| L/Martelo 6 Kg  | 32,18    | Francisco Silva       | C P Lavre      | Beja         | 10/06/2005        |
| Decatlo         | 5102     | Daniel Dias           | ASJ Cortiçadas | Luso         | 11-<br>12/06/2011 |

**SUB 23**

| <b>DISCIPLINAS</b> | <b>MARCAS</b> | <b>ATLETA</b>         | <b>CLUBE</b>   | <b>LOCAL</b> | <b>DATA</b>       |
|--------------------|---------------|-----------------------|----------------|--------------|-------------------|
| 60 Metros          | 7,15          | João Geadas           | A J Estremoz   | Évora        | 15/01/2017        |
| 60 M Bar. 1,06     | 9,02          | Daniel Dias           | ASJ Cortiçadas | V. Novas     | 11/01/2014        |
| 100 Metros         | 10,90         | Rui Corvelo           | A J Estremoz   | Vagos        | 23/06/2018        |
| 110 M Bar 1,06     | 15,65         | Daniel Dias           | ASJ Cortiçadas | Quarteira    | 03/06/2013        |
| 200 Metros         | 22,44         | Rui Corvelo           | A J Estremoz   | Vagos        | 24/06/2018        |
| 400 Metros         | 50,20         | Yaroslaav Kolody      | G D Diana      | Lx Univ.     | 26/05/2018        |
| 400 M Barr 0,91    | 56,24         | Ricardo Ribeiro       | G D Pavia      | Fátima       | 06/07/2013        |
| 800 Metros         | 1.54,44       | Jorge Matos           | ESA Gouv.      | Lisboa       | 03/07/1994        |
| 1.500 Metros       | 3.51,87       | Jorge Matos           | ESA Gouv.      | Lisboa       | 17/07/1994        |
| 3.000 Metros       | 8.24,4        | Jorge Matos           | ESA Gouv.      | Açoteias     | 21/03/1994        |
| 3.000 M Obstác.    | 9.04,84       | Paulo Guerra          | L Arraiolense  | Maia         | /89               |
| 5.000 Metros       | 14,46,45      | Filipe Fialho         | G D Diana      | Leiria       | 07/07/2018        |
| 5.000 M Marcha     | 26.37,7       | Marco Molha           | E F Clube      | V Novas      | 06/06/1998        |
| 10.000 Metros      | 30,49,24      | Filipe Fialho         | G D Diana      | Polónia      | 20/07/2016        |
| 4 X 100 Metros     | 43,44         | Bruno Campino         | Sel. da AAE    | Braga        | 42890             |
|                    |               | João Pires            |                |              |                   |
|                    |               | Rui Corvelo           |                |              |                   |
|                    |               | João Geadas           |                |              |                   |
| 4 X 400 Metros     | 3.41,10       | Jorge Almeirim        | Sel. da AAE    | Lisboa (N)   | 32291             |
|                    |               | Rui do Carmo          |                |              |                   |
|                    |               | Paulo Bagulho         |                |              |                   |
|                    |               | João Machado          |                |              |                   |
| Salto em Altura    | 1,98          | Rui Roberto           | E F Clube      | Elvas        | 06/04/2003        |
| S/Comprimento      | 7,06          | Gonçalo Manteigas     | E F Clube      | Beja         | 12/05/2012        |
| Triplo Salto       | 13,08         | João Bandovas         | AJ Estremoz    | C. Vide      | 06/07/2012        |
| S / Vara           | 3,05          | Rui Silva             | E F Clube      | V. Novas     | 03/06/2007        |
| L / Peso 7,260K    | 11,68         | Alexandre Constantino | Cork           | V Novas      | 20/06/2021        |
| L / Disco 2 Kg     | 44,89         | Alexandre Constantino | Cork           | Beja         | 10/07/2021        |
| L /Dardo 800 G     | 48,82         | Carlos Dias           | G D Pavia      | Lisboa (U)   | 11/07/2009        |
| L/Martelo 7,260 Kg | 30,22         | Rui Florindo          | E F Clube      | V. Novas     | 31/05/2008        |
| Decatlo            | 4713          | Daniel Dias           | ASJ Cortiçadas | V Novas      | 21-<br>22/04/2012 |

## SENIORES

| DISCIPLINAS        | MARCAS         | ATLETA                | CLUBE               | LOCAL          | DATA              |
|--------------------|----------------|-----------------------|---------------------|----------------|-------------------|
| 60 Metros          | 7,15           | João Geadas           | A J Estremoz        | Évora          | 15/01/2017        |
| 60 M Bar. 1,06     | 9,02           | Daniel Dias           | ASJ Cortiçadas      | V. Novas       | 11/01/2014        |
| 100 Metros         | 10,90          | Rui Corvelo           | A J Estremoz        | Vagos          | 23/06/2018        |
| 110 M Bar 1,06     | 15,38          | Daniel Dias           | CORK                | Leiria         | 26/07/2015        |
| 200 Metros         | 22,44          | Rui Corvelo           | A J Estremoz        | Vagos          | 24/06/2018        |
| 400 Metros         | 50,20          | Yaroslaav Kolody      | G D Diana           | Lx Univ.       | 26/05/2018        |
| 400 M Barr 0,91    | 56,24          | Ricardo Ribeiro       | G D Pavia           | Fátima         | 06/07/2013        |
| 800 Metros         | 1.54,44        | Jorge Matos           | ESA Gouv.           | Lisboa         | 03/07/1994        |
| 1.500 Metros       | 3.51,87        | Jorge Matos           | ESA Gouv.           | Lisboa         | 17/07/1994        |
| 3.000 Metros       | 8.24,4         | Jorge Matos           | ESA Gouv.           | Açoteias       | 21/03/1994        |
| 3.000 M Obstác.    | 9.04,84        | Paulo Guerra          | L Arraiolense       | Maia           | /1989             |
| 5.000 Metros       | 14,46,45       | Filipe Fialho         | G D Diana           | Leiria         | 07/07/2018        |
| 5.000 M Marcha     | 25,24,32       | Henrique Santos       | G D Diana           | Setubal        | 28/05/2016        |
| 10.000 Metros      | 30.47,0        | Luis Raposo           | G D Diana           | Lisboa (N)     | 11/06/1989        |
| 10.000 M Marcha    | 51,45,62       | Henrique Santos       | G D Diana           | Montemor       | 17/03/2018        |
| 20 Km Marc. Est.   | 1,48,11        | Henrique Santos       | G D Diana           | Rio Maior      | 09/04/2016        |
| 35 Km Marcha(Est)  | 3,23,29        | Henrique Santos       | G D Diana           | Porto Mós      | 07/01/2018        |
| 50 Km Marcha (Est) | 4,57,29        | Henrique Santos       | G D Diana           | Porto Mós      | 07/01/2018        |
| <b>Maratona</b>    | <b>2,20,09</b> | <b>José Veiga</b>     | <b>A J Landeira</b> | <b>Badajoz</b> | <b>12/03/2023</b> |
| 4 X 100 Metros     | 43,44          | Bruno Campino         | Sel. da AAE         | Braga          | 04/06/2017        |
|                    |                | João Pires            |                     |                |                   |
|                    |                | Rui Corvelo           |                     |                |                   |
|                    |                | João Geadas           |                     |                |                   |
| 4 X 400 Metros     | 3.41,10        | Jorge Almeirim        | Sel. da AAE         | Lisboa (N)     | 28/05/1988        |
|                    |                | Rui do Carmo          |                     |                |                   |
|                    |                | Paulo Bagulho         |                     |                |                   |
|                    |                | João Machado          |                     |                |                   |
|                    |                | Helder Santos         |                     |                |                   |
| 4 X 1500 M         | 18.01.9        | Paulo Aldeagas        | Sel. da AAE         | Portalegre     | 05/03/2005        |
|                    |                | Manuel Silva          |                     |                |                   |
|                    |                | Nuno Aldinhas         |                     |                |                   |
| Salto em Altura    | 1,98           | Rui Roberto           | E F Clube           | Elvas          | 06/04/2003        |
| S/Comprimento      | 7.06           | Gonçalo Manteigas     | E F Clube           | V Novas        | 12/05/2012        |
| Triplo Salto       | 13.08          | João Bandovas         | A S Estremoz        | Castelo Vide   | 01/07/2012        |
| S / Vara           | 3,05           | Rui Silva             | E F Clube           | V. Novas       | 03/06/2007        |
| L / Peso 7,260K    | 11,72          | Isidro Vieira         | C A Mourão          | Mourão         | 29/11/1997        |
| L / Disco 2 Kg     | 44,89          | Alexandre Constantino | Cork                | Beja           | 10/07/2021        |
| L /Dardo 800 G     | 48,82          | Carlos Dias           | G D Pavia           | Lisboa (U)     | 11/07/2009        |
| L/Martelo 7,260 Kg | 30,22          | Rui Florindo          | E F Clube           | V. Novas       | 31/05/2008        |
| Decatlo            | 4842 P         | Nuno Perdigão         | ASJ Cortiçadas      | Luso           | 04-05/06/2011     |

**VETERANOS M(+ 35 ANOS)**

| DISCIPLINAS        | MARCAS       | ATLETA               | CLUBE               | LOCAL             | DATA              |
|--------------------|--------------|----------------------|---------------------|-------------------|-------------------|
| 60 m / Barr. 1,06  | 10,30        | Nuno Perdigão        | CORK                | Évora             | 06/01/2019        |
| <b>100 Metros</b>  | <b>13,23</b> | <b>Pedro Peniche</b> | <b>C R Cabaço</b>   | <b>V Novas</b>    | <b>13/05/2023</b> |
| 110 m Bar. 1,00    | 18,70        | Nuno Perdigão        | CORK                | Lx<br>(Universt.) | 09/07/2016        |
| <b>200 Metros</b>  | <b>29,88</b> | <b>João Guedes</b>   | <b>A J Landeira</b> | <b>V Novas</b>    | <b>14/05/2023</b> |
| 400 M Barr 0,91    | 60.00        | Henrique Santos      | G D Diana           | Beja              | 08/07/2000        |
| 400 Metros         | 57,91        | João Charrua         | G D Diana           | Lousada           | 06/07/2019        |
| 800 Metros         | 2.03.85      | Henrique Santos      | G D Diana           | Beja              | 16/06/2001        |
| 1.500 Metros       | 4,30,93      | Tiago Marques        | CBR Monsaraz        | Lx<br>(Universt.) | 02/10/2021        |
| 3.000 Metros       | 8.43.44      | Honório Caeiro       | G D Diana           | Beja              | 03/06/1999        |
| 3.000 M Obstác.    | 10.05.7      | Nuno Teixeira        | G D Diana           | Lisboa (N)        | 04/04/1995        |
| 5.000 Metros       | 15.19.3      | João Ferrão          | G D Diana           | Lisboa(N)         | 22/06/1996        |
| 5.000 M Marcha     | 25,24,32     | Henrique Santos      | G D Diana           | Setubal           | 28/05/2016        |
| 10.000 Metros      | 31.20.41     | João Ferrão          | G D Diana           | Lisboa(U)         | 30/03/1996        |
| 10.000 M Marcha    | 51,45,62     | Henrique Santos      | G D Diana           | Montemor          | 17/03/2018        |
| 10 Km MX EST.      | 52,23        | Henrique Santos      | G D Diana           | S J<br>Madeira    | 04/03/2017        |
| 20 Km Marcha       | 1,48,11      | Henrique Santos      | G D Diana           | Rio Maior         | 09/04/2016        |
| 35 Km Marcha(Est)  | 3,23,29      | Henrique Santos      | G D Diana           | Porto Mós         | 07/01/2018        |
| 50 Km Marcha (Est) | 4,57,29      | Henrique Santos      | G D Diana           | Porto Mós         | 07/01/2018        |
| 4 X 400 Metros     | 4,05,10      | Daniel Machado       | G D Diana           | Lx<br>(Universt.) | 03/10/2021        |
|                    |              | Hugo Sertório        |                     |                   |                   |
|                    |              | Ernesto Zambujo      |                     |                   |                   |
|                    |              | João Charrua         |                     |                   |                   |
| Maratona           | 2,28,45      | Luis Almeida         | E F Clube           | Badajoz           | 30/01/2011        |
| Comprimento        | 5,88         | Nuno Perdigão        | CORK                | V Novas           | 27/05/2018        |
| Triplo Salto       | 9,90         | Nuno Perdigão        | CORK                | V Novas           | 26/01/2020        |
| S/Altura           | 1,40         | João Guedes          | A J Landeira        | V Novas           | 25/11/2023        |
| S / Vara           | 2,80         | Henrique Santos      | G D Diana           | Faro              | 17/05/2014        |
| L / Peso 7,260 Kg  | 11.72        | Isidro Vieira        | CA Mourão           | Mourão            | 29/11/1997        |
| L / Disco 2 Kg     | 33.38        | Isidro Vieira        | CA Mourão           | Lisboa<br>(1ºM)   | 06/07/1997        |
| L /Dardo 800 G     | 37.40        | Isidro Vieira        | CA Mourão           | Mourão            | 28/09/1997        |
| L/Martelo 7,260 Kg | 26.05        | Isidro Vieira        | CA Mourão           | Mourão            | 29/11/1998        |